

マウンテンスクール (30年12月~31年11月まで)

机上・実技カリキュラム (30年12月冬山~31年11月秋山まで)

2019.1.25

☆ 第3期 30年度 冬山編 募集終了 2018年~2019年

開校式&机上1 12月4日(火)	セ304	◎ マウンテンスクールについて ◎ 冬山の心構えと装備について
実技1 12月15日(土) ~16日(日)	実技I	後立山が一望出来る 八方尾根 新宿=白馬=ゴンドラ兔平=リフト八方池山荘~周辺訓練~八方池山荘 八方池山荘~八方池~下の樺~八方池~八方池山荘=ゴンドラ白馬=新宿
机上2 1月10日(木)	セ	◎ 緊急避難 ビバークについて
実技2 1月19日(土) ~20日(日)	実技II	谷川岳(雪上訓練) 雪洞ビバーク(希望者のみ) 新宿=土合~白毛門岳登山口~土合山の家 土合山の家~天神平~熊穴避難小屋~天神平~土合=新宿
机上3 2月7日(木)	セ	◎ 冬山の医学 低体温症 凍傷
実技3 2月16日(土) ~17日(日)	実技III	樹氷の中を歩く 北八ヶ岳 新宿~ピラタスロープウエー~縞枯山~茶臼山~麦草ヒュッテ(泊) 麦草峠ヒュッテ~五辻~ピラタス~北横岳~ピラタス~新宿
オプション1 八ヶ岳赤岳周辺 1月5~6日	1泊	八ヶ岳周辺トレッキング 新宿=諏訪南=美濃戸口~美濃戸~北沢~赤岳鉱泉 赤岳鉱泉~硫黄岳~中山展望台~行者小屋~南沢~美濃戸~美濃戸口=新宿

☆ 第4期 30年度 春山編 募集中 2019年

開校式&机上1 2月28日(木)	セ	◎ マウンテンスクールについて ◎ 春山の心構えと装備について
実技1 3月9日(土) ~10日(日)	1泊	車山・蓼科山 新宿=ビーナスライン~車山~ホテルコロシウムイン蓼科 宿~幸福の鐘~七合目~將軍平~蓼科山~幸福の鐘=ビーナスライン=新宿
机上2 3月26日(火)	セ	◎ 地図の見方
実技2 4月13日(土) ~14日(日)	1泊	残雪と秘湯の 那須連峰 新宿~ロープウエー~茶臼岳~峰ノ茶屋避難小屋~三斗小屋温泉大黒屋泊 大黒屋~沼原~牛首~峰ノ茶屋避難小屋~峠ノ茶屋下駐車場~新宿
机上3 5月15日(水)	セ	◎ 夏山から秋山までの気象
実技3 5月18日(土) ~19日(日)	1泊	こぶし・しゃくなげの花咲く 谷川連峰・赤城山 新宿~赤城山~湯檜曾湯の陣予定(泊) 湯の陣~天神平~天神尾根~トマの耳~天神平~土合~新宿
オプション4 4月21日(日)		地図読み山行 現地集合~現地解散 高尾山城山北東尾根

☆ 第1期 31年度 夏山編 準備中 2019年

開校式&机上1 5月28日(火)	セ	◎ マウンテンスクールについて ◎ 夏山の心構えと装備について
実技1 6月15日(土) ~16日(日)	実技I	八ヶ岳(赤岳・阿弥陀岳) 新宿=中央高速道路=小淵沢IC=美濃戸口~美濃戸~北沢~赤岳鉱泉小屋 赤岳鉱泉~行者小屋~文三郎尾根~赤岳~阿弥陀岳~南沢~美濃戸~新宿

机上2 6月20日(木)	セ	◎ スポーツクライミングのすべて
実技2 7月27日(土) ～28日(日)	実技 II	北アルプス 白馬岳 新宿＝樺池～天狗原～白馬お池山荘 白馬山荘～三国境～白馬岳～大雪渓～白馬尻～猿倉＝新宿
机上3 7月30日(火)	セ	◎ 登山医学 熱中症・脱水症
実技3 8月23日(金) 24日(土) 25日(日)	実技 III	北アルプス 燕岳～大天井岳～常念岳 新宿＝中央高速道路～中房温泉 中房温泉～合戦尾根～燕山荘～燕岳～大天井岳～大天荘 大天荘～常念乗越～常念岳～常念小屋～一ノ沢登山相談所
オプション5 8月3日(土) 4日(日)		中央アルプス 木曾駒ヶ岳・宝剣岳 新宿＝しらび平＝千畳敷～乗越浄土～中岳～木曾駒ヶ岳～宝剣山荘 宝剣山荘～宝剣岳～三の沢分岐～極楽平～千畳敷～しらび平～新宿

☆ 第2期 31年度 秋山編 準備中

開校式&机上1 8月28日(水)	セ	◎ マウンテンスクールについて ◎ 秋山の心構えと装備について
実技1 9月7日(土) 8日(日)	実技 I	日本第二の高峰 北岳 新宿＝甲府＝芦安シャトルバスに乗り換え＝夜叉神峠＝広河原～白根御池小屋 御池小屋～肩の小屋～北岳～大樺沢二俣～広河原～芦安～甲府～新宿
机上2 9月19日(木)	セ	◎ 秋山から冬山までの気象
実技2 9月21日(土) 9月22日(日) 9月23日(月)	実技 II	北アルプス 日本第3位の高峰 奥穂高 新宿＝沢渡＝上高地～明神～徳澤園～横尾山荘 横尾山荘～涸沢～ザイテングラード～奥穂山荘 奥穂山荘～奥穂高～涸沢～横尾～徳澤園～明神～上高地＝沢渡＝新宿 予備日 ゆっくりな方 3泊4日(涸沢か横尾にもう一泊)
机上3 10月16日(木)	セ	◎ テーピングの実践
机上4 11月14日(木)		◎ 山道具のあれこれ
実技3 11月16日(土) 11月17日(日)	実技 III	東北の名山 安達太良山 新宿＝岳温泉～安達太良高原スキー場～安達太良山～くろがね小屋 くろがね小屋～勢至平～安達太良高原スキー場
オプションI 10月18日(金) 10月19日(土) 10月20日(日)		南アルプス 甲斐駒ヶ岳・仙丈ヶ岳 新宿＝戸台＝北沢峠～長衛荘 長衛荘～仙水小屋～仙水峠～駒津峰～甲斐駒ヶ岳～駒津峰～北沢峠～長衛荘 長衛荘～五合目～小仙丈～仙丈岳～五合目～北沢峠

実技講習の集合場所と時間は、新宿西口に6時45分までです。貸切バスで行きます。  
 実技講習後に、現地の温泉に入浴して帰京するのが原則としています。  
 実技場所・コース・宿泊場所・机上講習の日時、内容、が変わる場合があります。  
 机上講習は、19時から21時までです。  
 机上講習の場所は、小田急線参宮橋下車の、国立青少年オリンピックセンターです。  
 入口の掲示板には、東京都山岳連盟事業部と表示されています。